

## Professionelle Selbsthilfearbeit der hkk, KVN und dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen wird fortgeführt

Seit Anfang des Jahres können Arztpraxen in Niedersachsen Patient\*innen mit dem Selbsthilfepaket „Gemeinsam statt einsam“ umfassend über die professionelle Selbsthilfearbeit informieren. Dieses Thema ist weiterhin akuter denn je. Doch warum ist das so?

Selbsthilfegruppen sind aus dem Gesundheits- und Sozialsystem nicht mehr wegzudenken. In den vergangenen Jahren ist, unter anderem wegen der Corona-Pandemie, die Nachfrage immer größer geworden. Denn sie übernehmen immer mehr Aufgaben sowohl im Gesundheits-, als auch im Sozialbereich. Im Gesundheitsbereich führt häufig die gemeinsame Betroffenheit in die Selbsthilfegruppe. Das Bedürfnis nach umfassender Information und Beratung oder der Wunsch nach Erfahrungsaustausch motivieren Menschen, sich auf den Weg zu machen.

Charakteristisch für das Selbsthilfeprinzip ist der regelmäßige Austausch von Betroffenen und deren Angehörigen, um die persönliche Lebensqualität zu verbessern. Im Fall von Krankheit oder schweren Schicksalsschlägen suchen Menschen häufig Rat und Unterstützung beim Arzt ihres Vertrauens. In den Arztpraxen wird die Zeit für diese Art von Gesprächen jedoch immer knapper. So ist die Idee einer stärkeren Vernetzung von Arztpraxen und professioneller Selbsthilfearbeit entstanden.

Nachdem bereits 150 Arztpraxen in Niedersachsen unser Paket erhielten, können diese weiterhin unter [hkk.de/selbsthilfepaket](http://hkk.de/selbsthilfepaket) kostenlos über das Anmeldeformular angefordert werden. Das Servicepaket besteht aus einem Prospektständer gefüllt mit Broschüren, und einem Merkblatt, auf dem Patient\*innen weitere Informationen im digitalen Format anhand eines QR-Codes erhalten.

Der Versand der Pakete erfolgt kostenfrei an Ihre Praxis. Bei Bedarf kann das Merkblatt auch digital auf Ihrer Internetseite verlinkt werden. Bitte geben Sie hierzu einen Hinweis im Bemerkungsfeld beim Anmeldeformular und eine offizielle, gültige E-Mail-Adresse an.

Wir bedanken uns bei den 150 Arztpraxen, die bereits über das Thema Selbsthilfe in Niedersachsen informieren und freuen uns über jede weitere Praxis, die diesen Schritt ebenfalls geht.